Comment

COMMENCER LA MÉMORISATION

DU QURAN

@riyadeloulouum

Pourquoi devrais-tu mémoriser le Coran ?

La chose la plus grandiose que tu puisses accomplir dans ta vie est de mémoriser le Livre de ton Seigneur... et au-delà de la récompense dans l'au-delà, sache que

- Il **préservera** ton esprit et ta réflexion.
- Il **t'apaisera** et te guidera sans que tu ne t'en rendes compte.
- **La bénédiction descendra sur tes jours,** ton temps et tes actions.
- Il se reflétera dans **ton comportement** et tu deviendras **meilleure dans tous les domaines.**
- C'est un **honneur** pour toi, tes parents et tes enfants.
- Si tu agis en conséquence, il te **conduira** au **Paradis** bidhniLlah.
- Il **t'éloignera** progressivement des péchés et te rendra plus ferme dans **la vérité**.
- Grâce à lui, tu ressentiras une **quiétude** et une **sérénité** constantes dans ta vie.

« Je n’ai pas le temps ! »

Parmi les excuses que le diable te souffle : **il te fait croire que ton temps est trop chargé et que tu n’y arriveras pas.**

Je te le dis clairement : il n’y a pas de « **moment parfait** » pour mémoriser, même si tu attendais toute ta vie !

Aujourd’hui tu étudies et prépares tes examens… ensuite tu chercheras un emploi… puis tu te marieras… puis tu auras des enfants… et tu resteras occupée.
Si tu attends le « moment idéal », tu risques de vieillir et de perdre ton énergie et ta motivation.

Commence maintenant !
Plus tu avances en âge, plus la mémorisation devient difficile et plus la fatigue s’installe.

De quoi ai-je besoin ?

- **Avoir l’intention sincère** de mémoriser le Coran pour Allah عز وجل.

- **Utiliser le même Moushaf** (Coran) tout au long de la mémorisation pour ne pas te perturber

- *Avoir un livre de tafsîr* (ex. : Tafsîr As-Sa‘dî, Tafsîr Al-Muyassar, ou Tafsîr Ibn Kathîr…) pour comprendre ce que tu apprends.

- **Définir un moment fixe chaque jour** pour mémoriser et un autre moment pour réviser.

- **Tenir un carnet de suivi** (manuel ou numérique) pour noter tes progrès.

Comment mémoriser

- **Fixe un objectif clair** : par exemple un hizb (demi-juz') à mémoriser progressivement
- ***Privilégie la qualité à la quantité*** : mieux vaut mémoriser une demi-page solidement que deux pages à oublier vite.
- **Lis la page 4 fois avec attention**, en comprenant le sens.
- **Découpe-la en petits passages** de 2-3 versets.
- **Répète chaque passage 10 à 20 fois**, puis relie-les ensemble.
- À la fin, récite la page complète sans regarder le Moushaf.
- Passe ensuite à la page suivante en appliquant le même processus.

Conseil pratique : comprendre le sens des versets facilite beaucoup la mémorisation et la rend plus vivante.

Astuces pour bien consolider

- Commence toujours par **comprendre le sens** avant de mémoriser
- Essaie de **relier les versets** entre eux (ils sont liés par des thèmes).
- Écoute fréquemment la récitation de la page ou de la sourate.
- Applique correctement **les règles de tajwîd** : cela renforce la mémorisation.
- Récite devant quelqu'un qui peut t'écouter et te corriger.
- Ne néglige pas **la révision quotidienne**, elle est la clé de la stabilité.
- **Reste constante** : mieux vaut un petit effort chaque jour qu'un grand effort irrégulier.

Exemple de planning quotidien

Moment de la journée	
	Lire la page entière 4-5 fois, comprendre le sens, commencer la mémorisation (2-3 versets).
Après le Fajr	**Écouter la récitation de la page ou de la sourate, répéter pour renforcer la mémoire auditive et visuelle.**
Après Asr	**Mémoriser 2-3 nouveaux versets et les relier aux précédents.**
Après Maghreb / Isha	**Réviser ce qui a été appris, consolider et corriger les erreurs.**
Fajr du lendemain	**Réviser la page entière avant de commencer une nouvelle.**

Chez Merkez
Riyad El Ouloum

Nous aidons celles et ceux qui veulent mémoriser le Coran à avancer pas à pas, avec méthode et bienveillance.

Tu y trouveras :

Des cours en ligne adaptés à chaque niveau.

Des enseignants expérimentés pour te guider et corriger ta récitation.

Un suivi régulier pour t’encourager et rester constante.

+212614196412

زياض العلوم